

地域のみなさま

どんぐり分校いきいきサロンへようこそ

10月のご案内

10月 よき季節となりました。

時折聞こえるチャイムの音、たのしいおしゃべりに体操、音楽。

月2回の南大沢中学校いきいきサロンは元気です。

今月から福祉施設の販売仲間も増え、たのしみです。

みんなの居場所、いきいきサロンへようこそ。

10月14日(水) 10:00~11:30

ヨガ療法 講師 高橋和夏子先生

自分を見つめる静かな時間を味わいましょう。

軽い運動をしますので動きやすい服装でご参加ください。

ウクレレタイムも
あります♪



10月28日(水) 10:00~11:30

みんなで歌おう♪ **ピアノコンサート**

会場：南大沢中学校 1階 集会室

常時開催

いいものみつかる♪ **どんぐりマルシェ**

 室内履きをご準備ください

10月7日(水)

10:00~

小山内裏公園

パークセンター

どんぐり分校いきいきサロン お問い合わせ 090-1050-0068(小倉)

協力

小山内裏公園(町田市小山ヶ丘4-4) 南大沢中学校(南大沢3-7)
八王子市 南大沢保健福祉センター 八王子市 南大沢図書館
八王子市 都市計画部都市総務課 八王子市社会福祉協議会
高齢者あんしん相談センター南大沢

参加費
100円